సాక్షి
వైఎస్‌ఆర్ జిల్లా
ఆదివారం । 4 । మే । 2025



టెండర్ కొట్టేసేందుకు వ్యూహం
అధికార పార్టీకి చెందిన నియోజకవర్గ ముఖ్య నేత ప్రధాన అనుచరుడైన ఓ మాజీ డీలర్.. పౌరసరఫరాల సంస్థకు సంబంధించిన టెండర్లలో చక్రం తిప్పుతున్నాడు.
-IIలో



అశ్వవాహనంపై హరిహరులు
పుష్పగిరిలో బ్రహ్మోత్సవాలు కనుల పండువగా జరుగుతున్నాయి. శనివారం స్వామివార్లు అశ్వ వాహనాలపై దర్శనమిచ్చారు.
-IIలో

గరిష్టం/కనిష్టం
40.0/27.2

వాతావరణం
జిల్లాలో శనివారం 27.2 - 40.0 డిగ్రీల మధ్య ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యాయి. గంటకు 4.0 కిలోమీటర్ల వేగంతో గాలులు వీచాయి.
- కడప అగ్రికల్చర్

ఉద్యాన రైతు కుదేలు!



ఈయన పేరు రామాంజనేయరెడ్డి. లింగాల మండలం పెద్దకూడాల గ్రామం. చీనిచెట్లకు తెగుళ్ల సోకడంతో వాటిని తొలగించి 4.50 ఎకరాలల్లో అరటి సాగు చేశారు. ఆ పొలంలో 5500 మొక్కలు యాలక్కి రకం అరటి సాగు చేశారు. సుమారు రూ.7లక్షలు పెట్టుబడులు పెట్టారు. మార్చి 22న వీచిన ఈదురుగాలులకు అరటి పంట నేలమట్టమైంది. మరోవైపు అరటి ధరల్లేక పెట్టుబడి కూడా దక్కలేదు. ఇప్పుడారైతు ఆవేదన వర్ణనాతీతం. జిల్లాలోని ఉద్యాన రైతుల దుస్థితి ఇది.



లింగాలలో పొలంలోని చీనీచెట్లను జేసీబీతో పెకలించేస్తున్న రైతు

- జిల్లాలో 42వేల హెక్టార్లలో ఉద్యాన పంటల సాగు
- పెట్టుబడులకు తగ్గట్లు ధరలు లేకపోవడంతో భారీ నష్టాలు
- నష్టాలు భరించలేక చీని తోటలను తొలగిస్తున్న రైతన్నలు

సాక్షి ప్రతినిధి, కడప: జిల్లాలో ఉద్యాన పంటలను నమ్ముకున్న రైతుల పరిస్థితి దయనీయంగా మారింది. జిల్లా వ్యాప్తంగా 42,625 హెక్టార్లలో వివిధ ఉద్యాన పంటలు సాగులో ఉన్నాయి. అందులో ప్రధానంగా అరటి సాగు 9,779 హెక్టార్లలో ఉంది. 25,479 హెక్టార్లలో చీనితోటలు, 4,010 హెక్టార్లలో మామిడి సాగులో ఉంది. ఓవైపు ప్రకృతి మరోవైపు మార్కెట్ ఉద్యాన పంటలపై పగబట్టింది. ప్రకృతి కారణంగా అర్ధాంతరంగా దిగుబడులు కోల్పోవాల్సి వస్తోంది. ఆపై దిగుబడి లభించినా గతంతో పోల్చుకుంటే గణనీయంగా ధరలు పడిపోయాయి. అరటి టన్ను సరాసరిగా రూ.7వేలు పలుకుతుంటే, చీని టన్ను ఇప్పుడిప్పుడు రూ.20వేల వరకూ లభిస్తోంది. అదే చీని గతంలో టన్ను రూ.70వేలు పలికిన కాలం లేకపోలేదు. అరటి కూడా టన్ను రూ.25వేలు తగ్గకుండా ఉండేది. ఆ పరిస్థితి నుంచి దయనీయస్థితిలోకి రావాల్సి వచ్చిందని పలువురు వాపోతున్నారు.

పగబట్టిన ప్రకృతి...
అసలే రోజు రోజుకీ పడిపోతున్న ధరలు, దీనికి తోడు అకస్మాత్తుగా రెండు సార్లు ఈదురుగాలులతో కూడిన వర్షం. దీంతో జిల్లా వ్యాప్తంగా అరటి దెబ్బతింది. రైతులు ఒక్కసారిగా కుదేలయ్యారు. అటు ధరలేక, ఇటు పంట చేతికి అందక ఎటు పాలుపోని స్థితిలో రైతులున్నారు. మరోవైపు భరోసా ఇవ్వాల్సిన రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఉద్యాన రైతులను గాలికొదిలేసింది. భారీగా నష్టపోయిన రైతులకు వెంటనే ఇన్‌పుట్ సబ్సిడీ ఇచ్చి కాస్తోకూస్తో తోడుగా ఉండాలని గానీ... రైతులను ఆదుకోవాలనే ఆలోచన గానీ ప్రభుత్వ పెద్దల్లో కన్పించడం లేదని రైతులు వాపోతున్నారు.

తోడు-నీడగా వైఎస్సార్‌సీపీ

మరోవైపు వైఎస్సార్‌సీపీ రైతులకు అండగా నిలిచిందని విశ్లేషకులు వెల్లడిస్తున్నారు. ప్రభుత్వంలో ఉన్నప్పుడు రూ.3వేల కోట్ల ధరల స్థిరీకరణ నిధి ఏర్పాటు చేసి ముఖ్యమంత్రి స్థాయిలో రైతులకు వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి అండగా నిలిచారు. అలాగే పంటల నిల్వ కోసం కోల్డ్ స్టోరేజీ ప్రణాళికలు చేపట్టి పులివెందులలో రూ.26 కోట్లతో అరటి కోల్డ్ స్టోరేజీ నిర్మించారు. తాజాగా జిల్లాలో ఈదురుగాలులకు అరటి పంట కుప్పకూలిపోయింది. స్వయంగా పరిశీలించిన మాజీ సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి రైతుల దీనస్థితికి చలించిపోయారు. వైఎస్సార్‌సీపీ తరుపున రైతులను ఆదుకుంటామని ప్రకటించారు. ఆ వెంటనే నష్టపోయిన రైతుల వివరాలు తెప్పించుకొని 1420 ఎకరాలల్లో 670 మంది రైతులకు హెక్టార్‌కు రూ.20వేలు చొప్పున రూ.1.14కోట్లు వైఎస్సార్‌సీపీ తరపున ఆర్థిక సహాయం ప్రకటించారు. రైతు బిడ్డగా రైతు కష్టాలు తెలిసిన వ్యక్తిగా మాజీ సీఎం వైఎస్ జగన్మోహన్‌రెడ్డి రైతులకు చేయూతనిచ్చారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వ పెద్దలకు పంట నష్టం అంచనాలు వెళ్లాయే కానీ, పరిహారంగా ఇన్‌పుట్ సబ్సిడీ చెల్లించాలనే ఆలోచన, చలనం లేదని, ఆ దిశగా ప్రయత్నాలు చేసే ప్రజాప్రతినిధి కూడా జిల్లాలో అధికార పక్షంలో కరువయ్యారని విశ్లేషకులు విమర్శిస్తున్నారు.

కోల్డ్ స్టోరేజీకి మోకాలడ్డు



వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వం పులివెందుల మండలం నల్లపురెడ్డి పల్లె గ్రామ సమీపంలో కోల్డ్ స్టోరేజ్ నిర్మించింది. కోల్డ్ స్టోరేజ్ ప్రారంభించకుండా కూటమి సర్కార్ మోకాలడ్డుతోంది. కోల్డ్ స్టోరేజ్ రైతులకు అందుబాటులోకి తెచ్చేందుకు ఇప్పటికైనా తగు చర్యలు చేపట్టాల్సిన అవసరం ఉంది.
-భాస్కర్‌రెడ్డి,అరటి రైతు, నల్లపురెడ్డిపల్లె

భారీగా తగ్గిన అరటి ధరలు



వేసవి కావడంతో అరటి కాయల ధరలు పడిపోయాయి. దీనికి తోడు ఒకపక్క ఈదురు గాలుల వానలకు అరటి పంటలు పూర్తిగా దెబ్బతీశాయి. ప్రభుత్వం నష్టపోయిన అరటి రైతులకు పరిహారం అందించాలి.
-ఆంజనేయులు,అరటి రైతు, నల్లపురెడ్డిపల్లె

చీని చెట్లు తొలగిస్తున్నాం



కన్నబిడ్డల్లా చూసుకున్న చీని చెట్లను తొలగించుకోవాల్సిన పరిస్థితులు వచ్చాయి. ఓ వైపు తెగుళ్ల మరోవైపు ధరల పతనం ఈ రెండు కారణాలతో ఏళ్ల తరబడి పెంచుకున్న చెట్లును తొలగిస్తున్నాం. జేసీబీలతో చీని చెట్లు తొలగిస్తున్న పరిస్థితులను దాపురించడం చాలా బాధాకరం.
-చెన్నకేశవరెడ్డి, రైతు, సింహాద్రిపురం

పద్మశాలీయ విద్యార్థులకు ప్రతిభ పురస్కారాలు



మాట్లాడుతున్న పద్మశాలీయ సేవా సంఘం అధ్యక్షులు సుబ్బరాయుడు

కడప కోటిరెడ్డిసర్కిల్: జిల్లాలోని పద్మశాలీ విద్యార్థుల ప్రతిభను ప్రోత్సహిస్తూ 2024–25 విద్యా సంవత్సరంలో టెన్త్, ఇంటర్, ఎంసెట్, నీట్ పరీక్షల్లో ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించిన వారికి ప్రతిభ పురస్కారాలు అందజేయనున్నట్లు పద్మశాలీయ సేవా సంఘం అధ్యక్షులు అవ్వారు సుబ్బరాయుడు తెలిపారు. టెన్త్‌లో 550 మార్కులకుపైగా, ఇంటర్ ఎంపీసీ, బైపీసీ గ్రూపుల్లో 900 పైగా, ఆర్ట్స్ గ్రూపుల్లో 800 మార్కులకుపైగా, ఎంసెట్, నీట్‌లో జిల్లా, కడప నగర స్థాయిలో ఉత్తమ ర్యాంకులు సాధించిన పద్మశాలీ విద్యార్థులు ఈ పురస్కారాలకు అర్హులని పేర్కొన్నారు. విద్యార్థులు తమ మార్కుల జాబితాతోపాటు టీసీ జిరాక్స్ కాపీ, రెండు పాస్‌పోర్టు సైజ్ ఫోటోలు, ఫోన్ నెంబరు, బయోడేటాతోసహా పూర్తి చేసిన దరఖాస్తులను జూన్ 5లోపు కడప నగరం చిన్నచౌకులోని పద్మశాలీ భవన్, 38/166–5, తిరుపతిరోడ్డు అనే చిరునా మాకు పంపాలని సూచించారు.

న్యూస్‌రీల్

నియామకాలు

కడప కోటిరెడ్డిసర్కిల్: వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ఆదేశాల మేరకు పార్టీ రాష్ట్ర అనుబంధ విభాగ కమిటీలో జిల్లా వాసులకు స్థానం కల్పించారు. ఈ మేరకు శనివారం పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయం ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. జమ్మలమడుగుకు చెందిన గజ్జల లక్ష్మయ్య రాష్ట్ర బీసీ సెల్ సెక్రటరీగా, కడపకు చెందిన బండి మరియలు రాష్ట్ర అంగన్వాడీ విభాగం జనరల్ సెక్రటరీగా, కడపకు చెందిన అరిగెల తులశమ్మ రాష్ట్ర అంగన్వాడీ విభాగం సెక్రటరీగా, పులివెందులకు చెందిన చివ్వా పద్మావతి రాష్ట్ర అంగన్వాడీ విభాగం జాయింట్ సెక్రటరీగా, కడపకు చెందిన విద్వాన్ డాక్టర్ గానుగపెంట హనుమంతరావు రాష్ట్ర ఉద్యోగులు, పెన్షనర్ల విభాగం సెక్రటరీగా, ప్రొద్దుటూరుకు చెందిన యద్దుల రాయపరెడ్డి రాష్ట్ర ఉద్యోగులు, పెన్షనర్ల విభాగం జాయింట్ సెక్రటరీగా నియమితులయ్యారు.

వక్ఫ్ చట్ట సవరణను వ్యతిరేకిస్తూ నేడు లాంగ్ మార్చ్



జాతీయ జెండాలు, నల్ల జెండాలు పంపిణీ చేస్తున్న మాజీ డిప్యూటీ సీఎం అంజద్‌బాషా

కడప కార్పొరేషన్: కేంద్ర ప్రభుత్వం ఇటీవల పార్లమెంట్‌లో ఆమోదించిన వక్ఫ్ సవరణ చట్టాన్ని వ్యతిరేకిస్తూ నేడు లాంగ్ మార్చ్ నిర్వహించనున్నారు. ఆల్ ఇండియా పర్సనల్ లా బోర్డు ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించే ఈ భారీ ర్యాలీకి వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ సంపూర్ణ మద్దతు ప్రకటించింది. ఆదివారం ఉదయం 8.30 గంటలకు గౌస్ నగర్ నుంచి లాంగ్ మార్చ్ ప్రారంభమవుతుంది. కార్యక్రమంలో కడప ఎంపీ వైఎస్ అవినాష్‌రెడ్డి, వైఎస్సార్‌సీపీ జిల్లా అధ్యక్షుడు పి. రవీంద్రనాథ్‌రెడ్డి, మేయర్ సురేష్‌బాబు, మాజీ డిప్యూటీ సీఎం అంజద్‌బాషా, ఎమ్మెల్సీ ఎంవీ రామచంద్రారెడ్డి, కాంగ్రెస్, సీపీఎం, సీపీఐ, ఇతర పార్టీలు, ప్రజా సంఘాల నాయకులు పాల్గొననున్నారని నిర్వాహకులు తెలిపారు.

లాంగ్ మార్చ్‌ను విజయవంతం చేయండి
వక్ఫ్ సవరణ చట్టాన్ని వ్యతిరేకిస్తూ ఆల్ ఇండియా ముస్లిం పర్సనల్ లా బోర్డు ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం నిర్వహించే లాంగ్ మార్చ్‌ను విజయవంతం చేయాలని మాజీ డిప్యూటీ సీఎం అంజద్‌బాషా పిలుపునిచ్చారు. గురువారం ముస్లిం, మైనార్టీ నాయకులు, లౌకికవాదులకు జాతీయ జెండాలు, నల్లజెండాలు, నల్ల రిబ్బన్లను పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ వక్ఫ్ భూములను, ఆస్తులను కాజేయడానికే ఈ చట్టాన్ని తీసుకొచ్చారన్నారు. ప్రతి ఒక్కరూ ఈ లాంగ్ మార్చ్‌లో పాల్గొనాలని పిలుపునిచ్చారు. షఫీ, తోటక్రిష్ణ, రామ్మోహన్‌రెడ్డి, మున్నా, రమేష్ రెడ్డి, బన్నా తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నేటి నుంచి బ్రహ్మంగారి ఆరాధన మహోత్సవాలు



విద్యుద్దీప అలంకరణలో బ్రహ్మంగారిమఠం



భక్తులకు ప్రత్యేకంగా ఏర్పాటు చేసిన చలువ పందిళ్లు

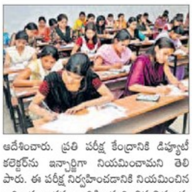
బ్రహ్మంగారిమఠం: భవిష్యత్ కాలజ్ఞాన ప్రబోధకర్త శ్రీపోతులూరు వీరబ్రహ్మేంద్ర స్వామి ఆరాధన గురుపూజ మహోత్సవాలు ఆదివారం నుంచి ఈ నెల 9 వరకు నిర్వహించనున్నారు. ఉత్సవాల సందర్భంగా వచ్చే భక్తులకు మఠం పిట్‌పర్సన్ శంకర్‌బాలాజీ పర్యవేక్షణలో మఠం మేనేజర్ ఈశ్వరాచారి అన్ని ఏర్పాట్లు చేశారు. భక్తులకు చలువ పందిళ్లు, తాగునీరు, మజ్జిగ, అన్నప్రసాదాలు, వంటివే కాకుండా హరికథలు, సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు, బ్రహ్మంగారి నాటకాలు, వంటివి ఉంటాయి. 7న బ్రహ్మంగారు సజీవ సమాధి నిష్ఠ వహించిన పవిత్ర దినం కావడంతో బ్రహ్మంమాలధార భక్తులు విరుముడి తెస్తారు. 8న బ్రహ్మరథోత్సవం ఘనంగా నిర్వహిస్తారు. 9న ప్రసాద వినియోగం ఉంటుంది.

ఈశ్వరీదేవి మఠంలో...
బ్రహ్మంగారి మనుమరాలు మాతా ఈశ్వరీదేవి మఠంలో ఆరాధన ఉత్సవాలను ఘనంగా నిర్వహించనున్నారు. స్థానిక మఠాధిపతి వీరకుమారస్వామి ఆదేశాలమేరకు ఈఓ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి అన్ని ఏర్పాట్లు చేశారు.

నేడు బి.మఠంకు ఎండోమెంట్ మంత్రి రాక
దేవదాయ ధర్మాదాయ శాఖామంత్రి ఆనం రామనారాయణరెడ్డి ఆదివారం ఉదయం 10 గంటలకు బి.మఠంకు వస్తున్నట్లు మఠం పిట్‌పర్సన్ శంకర్ బాలాజీ తెలిపారు. స్వామి దర్శనం అనంతరం పలు అభివృద్ధి పనులను ప్రారంభిస్తారన్నారు.

నీట్ పరీక్షకు సర్వం సిద్ధం

- నేషనల్ టెస్టింగ్ ఏజెన్సీ (ఎన్టీఏ) మార్గదర్శకాలను పక్కాగా పాటించాలి
- ఏర్పాట్లపై టెలికాన్ఫరెన్స్ ద్వారా సమీక్ష చేసిన కలెక్టర్ శ్రీధర్ చెరుకూరి
- కలెక్టరేట్‌లో 08562-246344 నెంబర్ తో కంట్రోల్ రూమ్ ఏర్పాటు



కడప సెవెన్‌రోడ్స్: నేషనల్ ఎలిజిబిలిటీ కమ్ ఎంట్రన్స్ టెస్ట్ (నీట్-2025) నిర్వహణకు అధికారులు ఏర్పాట్లు పక్కాగా చేయాలని.. తొలిసారిగా జిల్లాలో నీట్ పరీక్ష జరగనుండటంతో ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకొని విజయవంతం చేయాలని కలెక్టర్ శ్రీధర్ చెరుకూరి అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ నెల 4న నీట్ పరీక్ష నేపథ్యంలో శనివారం సంబంధిత ఏర్పాట్లపై అధికారులతో టెలికాన్ఫరెన్స్ ద్వారా కలెక్టర్ శ్రీధర్ చెరుకూరి సమీక్ష చేసి సూచనలు జారీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ఎన్టీఏ మార్గదర్శకాలను, నియమ నిబంధనలను పక్కాగా అమలు చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. కట్టుదిట్టమైన బందోబస్తు నడుమ పరీక్ష నిర్వహించాలన్నారు.పరీక్ష కేంద్రాల పరిసర ప్రాంతాల్లో 144 సెక్షన్ విధించాలన్నారు. పరీక్ష కేంద్రాల్లో ఎటువంటి విద్యుత్ అంతరాయం లేకుండా చూసుకోవాలని విద్యుత్ శాఖ అధికారులను ఆదేశించారు. పరీక్షకు హాజరయ్యే అభ్యర్థులకు మౌలిక వసతులైన టాయిలెట్స్, తాగునీరు ఉండేలా చూసుకోవాలన్నారు. ప్రతి పరీక్ష కేంద్రంలో ఏఎన్ఎం, మందులు, 108 వాహనాన్ని అందుబాటులో ఉంచాలని వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారులను ఆదేశించారు. దివ్యాంగ విద్యార్థులకు పరీక్ష కేంద్రంలో వీల్ చైర్లను, సహాయకులను ఏర్పాటు చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ప్రతి పరీక్ష కేంద్రానికి డిప్యూటీ కలెక్టర్‌ను ఇన్చార్జిగా నియమించామని తెలిపారు. ఈ పరీక్ష నిర్వహించడానికి నియమించిన అధికారులందరూ వారికి అప్పగించిన విధులను తూచా తప్పకుండా నిర్వర్తించాలని ఆదేశించారు.

8 సెంటర్లు...2428 మంది విద్యార్థులు
జిల్లాలో మొత్తం ఎనిమిది ప్రభుత్వ పాఠశాలలు, కళాశాలలో పరీక్షలు నిర్వహిస్తున్నారు. ఇందులో ప్రొద్దుటూరులో రెండు పరీక్ష కేంద్రాలు, కడప జిల్లా కేంద్రంలో ఆరు పరీక్ష కేంద్రాలు ఉన్నాయి. ఈ పరీక్షల్లో మొత్తం 2428 మంది విద్యార్థులు హాజరుకానున్నారు. విద్యార్థులు సకాలంలో పరీక్ష కేంద్రాలకు హాజరుకావాలని సూచించారు.

సమయం.. నిబంధనలు

మే 4 తేదీ ఆదివారం ఉదయం 11 నుంచి మధ్యాహ్నం 1.30లోగా కేంద్రంలోకి అనుమతిస్తారు. మధ్యాహ్నం 2 నుంచి 5 వరకు పరీక్ష జరుగుతుంది. రెండు దశల్లో తనిఖీలు నిర్వహిస్తారు. అభ్యర్థులు ఎలక్ట్రానిక్ పరికరాలు తీసుకురాకూడదు. గాజులు, చెవి దిద్దులు, ఆభరణాలు, వాచ్, హ్యాండ్ బ్యాగ్, బెల్టు, టోపీ,రుమాలు, పెన్నులు, పెన్సిళ్లు వంటివి తీసుకురాకూడదు. పెన్నులు పరీక్ష కేంద్రంలోనే అందజేస్తారు. కాగా, ప్రొద్దుటూరు, కడప పరీక్ష కేంద్రాలకు విద్యార్థులు సమయానికి చేరుకోవడానికి వీలుగా జిల్లా యంత్రాంగం ఆర్టీసీ బస్సులను ఏర్పాటు చేసింది.

కలెక్టరేట్ లో కంట్రోల్ రూమ్ ఏర్పాటు
నీట్ పరీక్ష 2025 సందర్భంగా కలెక్టరేట్‌లో కంట్రోల్ రూమ్ ఏర్పాటు చేశామన్నారు. విద్యార్థులకు ఎటువంటి సమాచారం కావాలన్నా ఈ 08562246344 నెంబర్ కు ఫోన్ చేసి సమాచారం తెలుసుకోవచ్చునని కలెక్టర్ తెలిపారు.

పరీక్ష కేంద్రాల వివరాలు

ప్రొద్దుటూరు పరిధిలో రెండు పరీక్ష కేంద్రాలు
1.అనిబిసెంట్ మున్సిపల్ హై స్కూల్, (మెయిన్), టి.బి రోడ్ ప్రొద్దుటూరు
2.వైయస్సార్ ఇంజనీరింగ్ కాలేజ్ ఆఫ్ యోగి వేమన యూనివర్సిటీ, కొర్రపాడు రోడ్డు, ప్రొద్దుటూరు

కడప నగర పరిధిలో ఆరు పరీక్ష కేంద్రాలు
1.ఎస్ కే ఆర్ అండ్ ఎస్ కే ఆర్ డిగ్రీ కాలేజ్ ఫర్ ఉమెన్, నాగరాజు పేట, కడప
2. ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాల, (గర్ల్స్) హెడ్ పోస్ట్ ఆఫీస్ ఎదురుగా కడప
3. మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ హైస్కూల్ (మెయిన్), అన్నమయ్య సర్కిల్ దగ్గర కడప
4. పీఎం శ్రీ కేంద్రీయ విద్యాలయ, కడప
5. డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ గురుకులం, చిన్న చౌక్, కడప
6. వై ఆర్ జెడ్పిహెచ్ స్కూల్ (గర్ల్స్), జడ్పీ హెచ్ఎస్ కాలనీ, చిన్నచౌక్,కడప

క్లుప్తంగా

వరకట్న వేధింపులపై ఫిర్యాదు

పులివెందుల రూరల్ : పులివెందుల మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని ఉలిమెల్ల గ్రామానికి చెందిన ప్రత్యూషను 2022లో సింహాద్రిపురం మండలం రావులకొలను గ్రామానికి చెందిన కుమార్‌కు ఇచ్చి వివాహం చేశారు. అప్పటి నుంచి వీరి సంసారం సాఫీగా సాగింది. ఈ మధ్యకాలంలో వరకట్నం తేవాలని భర్త కుమార్, అత్తామామలు, ఆడబిడ్డలు వేధిస్తున్నారని ప్రత్యూష శనివారం పులివెందుల అర్బన్ పోలీస్‌స్టేషన్‌లో ఫిర్యాదు చేసింది. ఈ మేరకు కేసు నమోదు చేసుకుని దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు పోలీసులు తెలిపారు.

మహానాడుకు స్థల పరిశీలన

కడప రూరల్: ఈ నెల 27వ తేదీన తెలుగుదేశం తలపెట్టిన మహానాడుకు ఆ పార్టీ నేతలు శనివారం కడపలో స్థలాలను పరిశీలించారు. ఎమ్మెల్సీ బీద రవిచంద్ర, రాంగోపాల్ రెడ్డి, మాజీ ఎమ్మెల్సీ మంతెన రామరాజు, కమలాపురం ఎమ్మెల్యే పుత్తా చైతన్యరెడ్డి తదితరులు జయరాజు గార్డెన్స్, ఆలంఖాన్‌పల్లె తదితర ప్రదేశాలను పరిశీలించారు. జయరాజ్ గార్డెన్స్ వద్ద గల ప్రాంతంలో మహానాడును నిర్వహించడానికి అనుకూలమైన స్థలంగా నేతలు భావించినట్లు తెలుస్తోంది. స్థలం ఎంపిక కాగానే రెండు రోజుల్లో తెలుగుదేశం పార్టీ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు పల్లా శ్రీనివాసరావు మహానాడు పనులను ప్రారంభించనున్నట్లు తెలిసింది.

వృద్ధురాలిపై పిచ్చికుక్క దాడి

మదనపల్లె : పిచ్చికుక్క దాడిలో వృద్ధురాలు తీవ్రంగా గాయపడిన సంఘటన శనివారం మదనపల్లె మండలంలో జరిగింది. కొండామరిపల్లె పంచాయతీ బెస్తపల్లెకు చెందిన నారాయణమ్మ (70) ఇంటి ముందు కూర్చుని ఉండగా.. అకస్మాత్తుగా పిచ్చికుక్క ఆమెపై దాడి చేసి తీవ్రంగా గాయపరిచింది. దీంతో స్థానికులు కుక్కను వెంబడించడంతో పరిగెత్తుతూ దారి వెంట ఎదురుపడిన ఆవులు, దూడలను కరిచింది. గమనించిన కుటుంబ సభ్యులు వృద్ధురాలిని వెంటనే మదనపల్లి ప్రభుత్వ జిల్లా ఆసుపత్రికి తరలించారు. అత్యవసర విభాగంలో చికిత్సలు అందించిన అనంతరం పరిస్థితి విషమంగా ఉండటంతో.. మెరుగైన వైద్యం కోసం బాధితురాలిని తిరుపతికి రెఫర్ చేశారు.

కీచక ఉద్యోగిపై విచారణ

సాక్షి టాస్క్ ఫోర్స్ : 'ఆ శాఖలో.. కీచకుడు' అనే కథనం శనివారం సాక్షిలో ప్రచురితమైంది. ఈ కథనం ఆ శాఖలో కలకలం రేపింది. వైద్య ఆరోగ్యశాఖ కమిషనర్ కార్యాలయంతోపాటు జిల్లా కలెక్టరేట్ అధికారులు ఆరా తీశారు. ఈ అంశానికి సంబంధించి ఈ నెల 5వ తేదీన ఉదయం 10.30 గంటలకు జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ కార్యాలయంలో.. విచారణకు హాజరు కావాలని జిల్లా ఎయిడ్స్, లెప్రసీ, క్షయ నివారణ అధికారి తెలిపారు. ఫిర్యాదు చేసిన వారితోపాటు ఆరోపణలు ఎదుర్కొంటున్న ఉద్యోగి.. మొత్తం నలుగురిని విచారణకు పిలిచినట్లు సమాచారం. ఇప్పటికే ఈ అంశానికి సంబంధించి వాయిస్ రికార్డులు, ఇతర ఆధారాలు ఉన్నాయి. కాగా ఈ విచారణను సొంత శాఖకు చెందిన వారా లేదా ఆ శాఖకు సంబంధం లేని అధికారులా, ఎవరు విచారణ చేపడుతారో తెలియాల్సి ఉంది. జరుపబోయే ఈ విచారణపై సర్వత్రా ఉత్కంఠ నెలకొంది. న్యాయం గెలవాలని ఆ శాఖకు చెందిన ఉద్యోగులు అభిప్రాయ పడుతున్నారు.

సాక్షి ఎఫెక్ట్..

టెండర్ కొట్టేసేందుకు వ్యూహం

- చక్రం తిప్పుతున్న అధికార పార్టీ నేత అనుచరుడు
- ఏడాదిగా డిపార్ట్‌మెంటల్ పేరుతో కాంట్రాక్టు కొనసాగింపు
- రేపు స్టేజ్–2 కాంట్రాక్టర్ల నియామకానికి టెండర్ ఓపెన్



ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర పౌరసరఫరాల సంస్థ లిమిటెడ్ ప్రొద్దుటూరు మండల గోదాము

సాక్షి టాస్క్‌ఫోర్స్ : అధికార పార్టీకి చెందిన నియోజకవర్గ ముఖ్య నేత ప్రధాన అనుచరుడైన ఓ మాజీ డీలర్.. పౌరసరఫరాల సంస్థకు సంబంధించిన టెండర్లలో చక్రం తిప్పుతున్నాడు. ఎలాగైనా తన కనుసన్నల్లోనే నిత్యావసర వస్తువులు సరఫరా చేసేలా.. ఒప్పందం కుదుర్చుకునేందుకు పావులు కదుపుతున్నాడు. ఇందుకు అనుగుణంగా అర్హత లేకున్నా.. తమ అనుచరులతో టెండర్లు దాఖలు చేయించినట్లు తెలుస్తోంది. పౌరసరఫరాల సంస్థకు సంబంధించి జిల్లాలో కడప, చెన్నూరు, కమలాపురం, ఎర్రగుంట్ల, బద్వేలు, పోరుమామిళ్ల, జమ్మలమడుగు, మైదుకూరు, పులివెందుల, వేంపల్లి, ఒంటిమిట్ట, ముద్దనూరుతోపాటు ప్రొద్దుటూరులో ప్రత్యేకంగా ప్రభుత్వం గోదాములను ఏర్పాటు చేసింది. జిల్లా గోదాముల నుంచి సరఫరా అయ్యే నిత్యావసర వస్తువులను స్థానికంగా ఉన్న ఆయా గోదాముల నుంచి కాంట్రాక్టర్ రేషన్ షాపులకు నిత్యావసర వస్తువులను సరఫరా చేయాల్సి ఉంది. ఈ ఏడాది మార్చి 31 నాటికి కాంట్రాక్టు గడువు ముగియగా మళ్లీ టెండర్ నోటిఫికేషన్ జిల్లా వ్యాప్తంగా జారీ చేశారు. స్టేజ్–2 కాంట్రాక్టుకు సంబంధించిన ఈ టెండర్ నోటిఫికేషన్‌ను ఇటీవల అధికారులు జారీ చేశారు. నిబంధనల ప్రకారం ఈనెల 3వ తేదీ (శనివారం) టెండర్లు ఓపెన్ చేయాల్సి ఉండగా.. ప్రధాని మోదీ రాష్ట్ర పర్యటన నేపథ్యంలో అధికారులు బిజీగా ఉండటంతో వాయిదా వేశారు. సోమవారం ఉదయం టెండర్లు ఓపెన్ చేయనున్నట్లు జిల్లా మేనేజర్ అర్జున్ రావు తెలిపారు.

ఏడాది నుంచి ఆయనే కాంట్రాక్టర్

అధికార పార్టీకి చెందిన నేత ముఖ్య అనుచరుడు ప్రభుత్వం అధికారంలోకి రాగానే అనధికారికంగా ఈ కాంట్రాక్టును నిర్వహిస్తున్నాడు. జిల్లాలోని 13 గోదాముల్లో ప్రొద్దుటూరులో మాత్రమే డిపార్ట్‌మెంటల్ పేరుతో నిర్వహిస్తున్నారు. నిబంధనల ప్రకారం ఎన్డీఏ కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడ్డాక స్టేజ్–2 కాంట్రాక్టర్ల నియామకానికి సంబంధించి టెండర్ నోటిఫికేషన్ విడుదల చేశారు. కాంట్రాక్టర్లు సైతం దరఖాస్తు చేశారు. ఏమైందో ఏమో తెలియదు కానీ పౌరసరఫరాల సంస్థ రాష్ట్ర కార్యాలయం నుంచి కాంట్రాక్టర్‌ను ఎంపిక చేసినట్లు ఉత్తర్వులు రాలేదు. ఈ కారణంగా డిపార్ట్‌మెంటల్ పేరుతో మాజీ డీలర్ ఈ కాంట్రాక్టును నిర్వహిస్తూ.. ప్రతి నెల రూ.లక్షల ఆదాయాన్ని గడిస్తున్నాడు. నిబంధనల ప్రకారం ప్రభుత్వం క్వింటాకు రూ.21.65 చొప్పున రవాణా చార్జీలు, క్వింటాకు రూ.12 చొప్పున హమాలీలకు కూలి డబ్బులను చెల్లిస్తోంది. అయితే మాజీ డీలర్ అద్దె వాహనాలను ట్రాన్స్‌పోర్టుకు వినియోగించుకుని కేవలం రూ.14, హమాలీలకు రూ.10 మాత్రమే చెల్లిస్తున్నట్లు సమాచారం. అధికార పార్టీ నేత వ్యక్తిగత పీఏకు నెలకు రూ.30 వేలు ఇందులోనే చెల్లిస్తున్నట్లు తెలిసింది. 40 ఏళ్లుగా తాను పెద్దాయన అనుచరుడిగా ఉన్నానని, తాను ఏమి చెబితే అక్కడ అదే జరుగుతుందని చెప్పి అధికారులపై పెత్తనం చెలాయిస్తున్నాడు. చెప్పినట్లు వినకుంటే బదిలీ చేయిస్తానని మాజీ డీలర్ హెచ్చరికలు జారీ చేస్తున్నారు. వాస్తవానికి ఆయన హైదరాబాద్‌లో ఉంటూ ఇక్కడ పెత్తనం చేస్తున్నాడు. ఇన్ని రోజులు డిపార్ట్‌మెంటల్ పేరుతో కాంట్రాక్టు చేస్తున్న మాజీ డీలర్.. ప్రస్తుతం ఈ కాంట్రాక్టును తన చేతిలో ఉండేలా వ్యూహం రచిస్తున్నారు. కంది పప్పు వ్యాపారం చేస్తున్న అధికార పార్టీ వ్యక్తి.. నిబంధనలకు విరుద్ధంగా టెండర్ కోట్ చేశారు. టెండర్ నిబంధనలపై ఇప్పటికే పలువురు సమాచార హక్కు చట్టం ద్వారా వివరాలను సేకరించారు.

బీమా రంగంలో విదేశీ పెట్టుబడి వద్దు



సమ్మె పోస్టర్ విడుదల చేస్తున్న ఎల్ఐసీ ఉద్యోగులు

కడప కల్చరల్ : బీమా రంగంలో విదేశీ కంపెనీలను అనుమతించరాదని, ఎల్ఐసీ ఉద్యోగుల పెండింగ్ సమస్యలను పరిష్కరించాలని కోరుతూ మే 20న నిర్వహిస్తున్న దేశవ్యాప్త సమ్మెను జయప్రదం చేయాలని ఎల్ఐసీ ఉద్యోగుల సంఘం జోనల్ సంయుక్త కార్యదర్శి జి.తిరుపతయ్య పేర్కొన్నారు. శనివారం డివిజన్ అధ్యక్షులు అవధానం శ్రీనివాస్ అధ్యక్షతన జరిగిన కడప జిల్లా విస్తృత సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. ఐఆర్‌డీఏ సంస్థ ప్రైవేటు ఇన్స్యూ కంపెనీలకు అనుకూలంగా పని చేస్తోందని, ఎల్ఐసీని బలహీన పరచే ప్రయత్నం చేస్తోందని అన్నారు. అందరికీ పెన్షన్, పెన్షన్ అప్డేషన్, స్టాగ్నేషన్ ఇంక్రిమెంట్ తాము డిమాండ్ చేస్తున్నామని, కొన్ని విషయంలో తమ పట్ల వివక్ష ప్రదర్శిస్తున్నారని పేర్కొన్నారు. ఎల్ఐసీలో నూతన రిక్రూట్‌మెంట్ తక్షణం చేపట్టాలని, సాధారణ బీమా సంస్థల్ని విలీనం చేయాలని అన్నారు. బీమా ప్రీమియంపై జీఎస్టీ తక్షణమే తొలగించాలన్నారు. తమ డిమాండ్లపై మే 20న సమ్మెను బ్యాంకు సిబ్బంది, ఇతర కార్మిక వర్గంతో కలిపి చేపడుతున్నట్లు వివరించారు. తొలుత డిమాండ్లతో కూడిన సమ్మె పోస్టర్ విడుదల చేశారు. ఈ సమావేశంలో యూనియన్ ప్రధాన కార్యదర్శి ఎ.రఘునాథరెడ్డి, నాయకులు అక్బర్‌బాసా, వై.కల్యాణ్, వారిజాతమ్మ, రాజు, అయ్యవారురెడ్డి, రత్నకిషోర్, రాయచోటి, రాజంపేట, ప్రొద్దుటూరు, జమ్మలమడుగు, కడపల నుంచి పెద్ద సంఖ్యలో ఎల్ఐసీ ఉద్యోగులు పాల్గొన్నారు.

రోడ్డు ప్రమాదంలో మహిళ మృతి



మృతి చెందిన చిన్నకొండమ్మ



బోల్తా పడిన బొలేరో గూడ్స్ వాహనం

దువ్వూరు : మండల పరిధి చింతకుంట గ్రామ సమీపంలోని జాతీయ రహదారిపై శనివారం జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో మహిళ మృతి చెందగా, పలువురు గాయపడ్డారు. మైదుకూరు మండలం నల్లపురెడ్డిపల్లెకు చెందిన కొంత మంది భక్తులు అహోబిళంలో మొక్కుబడి చెల్లించుకుని తిరిగి స్వగ్రామానికి బొలేరో గూడ్స్ వాహనంలో బయల్దేరారు. దువ్వూరు మండలం చింతకుంట గ్రామ సమీపంలోకి రాగానే.. వాహనం అదుపు తప్పి పల్టీలు కొట్టింది. ఈ ప్రమాదంలో కానే చిన్న కొండమ్మ (45), పోలు లక్ష్మీదేవిలకు తీవ్ర గాయాలు కాగా, అంకిరెడ్డిపల్లె స్వప్న, లెక్కల శ్యామల, లక్ష్మీదేవి, కొండమ్మ, శకుంతల, రామసుబ్బమ్మ, అమర్‌నాథ్‌రెడ్డి గాయపడ్డారు. కానే చిన్నకొండమ్మ మైదుకూరు ప్రభుత్వాస్పత్రిలో చికిత్స పొందుతూ చనిపోయింది. గాయపడిన వారిని 108 అంబులెన్స్‌లో కడప రిమ్స్, ప్రొద్దుటూరు జిల్లా ప్రభుత్వ ఆస్పత్రికి తరలించారు. కడప రిమ్స్‌లో చికిత్స పొందుతున్న పోలు లక్ష్మీదేవి పరిస్థితి విషమంగా ఉంది. ఆస్పత్రిలో క్షతగాత్రులను డీఎస్పీ రాజేంద్రప్రసాద్, రూరల్ సీఐ శివశంకర్ వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సంఘటనపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు ఎస్ఐ వినోద్ కుమార్ తెలిపారు.

దాడి కేసులో నిందితుల అరెస్ట్

కడప అర్బన్ : కడప నగరంలో 27వ తేదీన రాత్రి ఆకులవీధికి చెందిన సయ్యద్ మహమ్మద్ పీర్‌పై ముగ్గురు వ్యక్తులు స్కూటీలో వచ్చి దాడి చేశారు. సదరు కేసు సంబంధించి ఇద్దరు యువకులు, ఒక యువతి మొత్తం ముగ్గురు నిందితులను శనివారం అరెస్టు చేశారు. ఈ సందర్భంగా కడప వన్‌టౌన్ సీఐ రామకృష్ణ వివరాలు వెల్లడించారు. గత నెల 26న రాత్రి కడపకు చెందిన యువతి కృష్ణ సర్కిల్ వద్ద తప్పిపోయిన తమ బంధువును వెతుకుతున్న క్రమంలో.. మద్యం మత్తులో అక్కడికి వచ్చిన మహమ్మద్ పీర్ అసభ్యకరంగా ప్రవర్తించినట్లు తెలిపారు. ఈ విషయాన్ని ఆ యువతి మణికంఠ, నరసింహాకు తెలిపిందన్నారు. గత నెల 27వ తేదీన రాత్రి మహమ్మద్ పీర్ టాబ్లెట్ల కోసం 7 రోడ్స్ వద్దకు వచ్చాడు. ఆ సమయంలో యువతితోపాటు మణికంఠ, నరసింహా స్కూటీపై వచ్చి రాళ్లతో దాడి చేసి అక్కడి నుంచి పారిపోయారు. బాధితుడు ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసి పోలీసులు విచారణ చేపట్టారు. సీసీ కెమెరాల ఆధారంగా నిందితులను గుర్తించారు. ఈ దాడి కేసులో యువతీతోపాటు మాసాయిపేటకు చెందిన నరసింహా, తిలక్ నగర్‌కు చెందిన మణికంఠను కృష్ణ సర్కిల్ వద్ద శనివారం అరెస్టు చేసి రిమాండ్‌కు తరలించారు.

మామిడి చెట్లు దగ్ధం

పుల్లంపేట : మండల పరిధి వెంగమాంబ ఆర్.గొల్లపల్లె గ్రామంలో శనివారం దాదాపు ఐదు ఎకరాల మామిడి, నిమ్మ చెట్లు దగ్ధమయ్యాయి. గ్రామ సమీపంలోని నల్లిపల్లె లలితమ్మ, రాజశేఖర్‌రావు, చెంగయ్య అనే రైతులకు చెందిన మామిడి, నిమ్మ చెట్లు కాలిపోయాయి. గుర్తు తెలియని వ్యక్తులు కంచెకు నిప్పు పెట్టడంతో.. మంటలు తోట అంతా వ్యాపించాయి. విషయం తెలిసి రైతులు వెళ్లి చూసే సరికి ఏమీ మిగలలేదు. వేసవిలో ఆకతాయిలు ఎండిపోయిన గడ్డికి నిప్పు పెడుతుండటంతో ఇలా జరుగుతోందని రైతులు పేర్కొంటున్నారు. తీవ్రంగా నష్టపోయామని, ప్రభుత్వం తమను ఆదుకోవాలని బాధిత రైతులు కోరుతున్నారు.

అశ్వవాహనంపై హరిహరులు



అశ్వ వాహనంపై దర్శనమిస్తున్న కామాక్షీ వైద్యనాథేశ్వరస్వామి



అశ్వ వాహనంపై చెన్నకేశవస్వామి వారి ఊరేగింపు

- వైభవంగా గ్రామోత్సవాలు
- కనుల పండువగా బ్రహ్మోత్సవాలు

వల్లూరు : పుష్పగిరిలోని శ్రీ కామాక్షీవైద్యనాథేశ్వర స్వామి, శ్రీ లక్ష్మీచెన్నకేశవస్వామి బ్రహ్మోత్సవాలు కనుల పండువగా జరుగుతున్నాయి. ఇందులో భాగంగా శనివారం రాత్రి శ్రీలక్ష్మీ చెన్నకేశవస్వామి, శ్రీ కామాక్షి వైద్యనాథస్వాములు అశ్వ వాహనాలపై ఆశీనులై భక్తులకు దర్శనమిచ్చారు. మొదట పుష్పగిరి గ్రామంలోని శ్రీ కామాక్షీ వైద్యనాథస్వామి అశ్వ వాహనంపై కొలువు దీరగా.. మంగళ వాయిద్యాలు, దివిటీల వెలుగులతో మాడ వీధుల్లో గ్రామోత్సవం వైభవంగా నిర్వహించారు. అనంతరం కొండపైన గల శ్రీ లక్ష్మీ చెన్నకేశవస్వామి అశ్వ వాహనంపై కొలువు దీరి విహరించారు. కొండపై నుంచి స్వామి వారిని పెన్నానది మీదుగా పల్లకీలో మోస్తూ గ్రామంలోని మాడ వీధులలో ఘనంగా ఊరేగించారు. ఉదయం శ్రీ వైద్యనాథస్వామి ఆలయంలో స్వామి వారికి అభిషేకాలు, ప్రత్యేక పూజలను నిర్వహించారు. శ్రీ చక్ర సహిత కామాక్షీ అమ్మవారికి కుంకు మార్చనలు చేశారు. శ్రీ చెన్నకేశవస్వామి ఆలయంలో ప్రధాన అర్చకులు అఖిల్ దీక్షితులు ఆధ్వర్యంలో యాగశాల పూజలు, వివిధ హోమాలు నిర్వహించారు. బలి హరణ కార్యక్రమం చేపట్టారు. స్వామి వారికి, లక్ష్మీదేవికి ప్రత్యేక అలంకరణ చేశారు. ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు.

నేడు చక్రస్నానం

పుష్పగిరి బ్రహ్మోత్సవాల ముగింపు సందర్భంగా ఆదివారం ఉదయం వైద్యనాథస్వామి త్రిశూలం, చెన్నకేశవస్వామి సుదర్శన చక్రస్నానం జరుగుతుంది. అనంతరం రెండు ఆలయాల్లో పూర్ణాహుతి, ధ్వజ అవరోహణం కార్యక్రమాలు జరుగుతాయి. సాయంత్రం 4.30 గంటల నుంచి శ్రీ లక్ష్మీచెన్నకేశవ ఆలయంలో పుష్పయాగం నిర్వహిస్తారు. రాత్రి 7 గంటలకు శ్రీ కామాక్షీ వైద్యనాథస్వామి ఆలయంలో రావణేశ్వర వాహన సేవ ఉంటుంది. అనంతరం శ్రీ లక్ష్మీచెన్నకేశవస్వామికి తిరుచ్చి వాహన సేవ జరుగుతుంది.

హైకోర్టు జడ్జిలను కలిసిన జిల్లా కలెక్టర్, ఎస్పీ



జస్టిస్ నిమ్మగడ్డ వెంకటేశ్వర్లుకు మొక్క అందజేస్తున్న కలెక్టర్ శ్రీధర్ చెరుకూరి



జస్టిస్ బీవీఎల్ఎన్ చక్రవర్తికి పుష్పగుచ్ఛం అందిస్తున్న ఎస్పీ ఈజీ అశోక్‌కుమార్

కడప అర్బన్ : రాష్ట్ర హైకోర్టు న్యాయమూర్తులు నిమ్మగడ్డ వెంకటేశ్వర్లు, బీవీఎల్ఎన్ చక్రవర్తి శనివారం మధ్యాహ్నం కడపకు వచ్చారు. వైఎస్సార్ కడప జిల్లా కోర్టు ఆవరణలో శని, ఆదివారాల్లో జరుగుతున్న జ్యుడిషియల్ వర్క్‌షాప్, జ్యుడిషియల్ కాన్ఫరెన్స్ కార్యక్రమాల్లో ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొనేందుకు విచ్చేశారు. వారిని జిల్లా కలెక్టర్ శ్రీధర్ చెరుకూరి, జిల్లా ఎస్పీ అశోక్‌కుమార్ మర్యాద పూర్వకంగా కలిసి మొక్కను అందజేశారు. వారితోపాటు కడప జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తి డాక్టర్ సి.యామిని, జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ అదితి సింగ్ హైకోర్టు జడ్జిలను కలిశారు.

కార్మికులు చట్టాలపై అవగాహన పెంచుకోవాలి



మాట్లాడుతున్న కార్మికశాఖ సహాయ కమిషనర్ శ్రీనివాసులు

కడప అర్బన్ : కార్మికులు చట్టాలపై అవగాహన పెంచుకోవాలని కార్మికశాఖ సహాయ కమిషనర్ శ్రీనివాసులు తెలిపారు. రాష్ట్ర న్యాయ సేవాధికార సంస్థ అమరావతి వారి ఆదేశానుసారంగా, జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తి, జిల్లా న్యాయసేవాధికారసంస్థ చైర్మన్ డాక్టర్ సి.యామిని, జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ సెక్రటరీ, జడ్జి ఎస్.బాబా ఫక్రుద్దీన్ కార్మిక చట్టాలపై అవగాహన వారోత్సవాలు నిర్వహిస్తున్నారు. ఈ నెల 1వ తేదీ నుంచి 7 వరకు ఈ కార్యక్రమం చేపడుతున్నారు. ఇందులో భాగంగా శనివారం కడప నగరం అప్సర సర్కిల్‌లో సదస్సు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కార్మిక శాఖ సహాయ కమిషనర్ మాట్లాడుతూ ఆస్తి వివాదాలు, బాల కార్మికులు, ఉద్యోగి–యజమాని సమస్యలు తదితరాలకు చట్టపరమైన సాయంపై వివరించారు. అసంఘటిత రంగ కార్మికులు ఈ–శ్రమ కార్డులు పొందాలని తెలిపారు. ప్రభుత్వ పథకాలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని పేర్కొన్నారు. కనీస వేతనాల చట్టం, లీగల్ సర్వీసెస్ హెల్ప్‌లైన్ నంబర్ 15100 మొదలగు అంశాలపై అవగాహన కల్పించారు. ఏమైనా సమస్యలు ఉంటే జిల్లా న్యాయసేవాధికార సంస్థ దృష్టికి తీసుకొని రావచ్చన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కార్మికశాఖ అధికారి శైలజ, పారా లీగల్ వలంటీర్లు ఈశ్వరయ్య, సురేష్ సహాయం తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సంచులకు నిప్పు.. తప్పిన పెను ప్రమాదం



అగ్ని ప్రమాదంలో కాలిపోయిన గోనె సంచులు

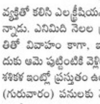


మంటలను అదుపు చేస్తున్న అగ్నిమాపక సిబ్బంది

వేంపల్లె : స్థానిక పులివెందుల రోడ్డులోని కందుల కాంప్లెక్స్ వెనుక ఉన్న రేకుల షెడ్డులో గోనె సంచులకు అగ్ని అంటుకుంది. వెంటనే అగ్నిమాపక శాఖ అధికారులు, సిబ్బంది వచ్చి మంటలను ఆర్పడంతో పెను ప్రమాదం తప్పింది. కందుల కాంప్లెక్స్ వెనుక కూరగాయలకు చెందిన వ్యాపారులు షెడ్లు వేసుకుని వాటిలో పాత గోనె సంచులు, టమాటా ట్రేలను పెట్టుకున్నారు. శనివారం గోనె సంచులు ఉన్న రేకుల షెడ్డులో మంటలు వస్తున్న విషయాన్ని స్థానికులు గమనించి ఫైర్ స్టేషన్‌కు సమాచారమిచ్చారు. దీంతో హుటాహుటిన సంఘటనా స్థలానికి ఫైర్ సిబ్బంది చేరుకుని మంటలను అదుపు చేశారు. పక్కనే ఉన్న మరో రేకుల షెడ్డులో రోగులు, ఆస్పత్రులకు సప్లయ్ చేసే ఆక్సిజన్‌కు చెందిన సిలిండర్లకు మంటలు అంటుకొనే లోపలే.. అదుపు చేయడంతోపాటు సిలిండర్లపై నీటిని చల్లారు. ఎండలు తీవ్రంగా ఉండటంతో మంటలను అదుపులోకి తెచ్చేందుకు స్థానికులు, ఫైర్ సిబ్బంది చాలా కష్టపడ్డారు. మంటల్లో మోటార్ బైకు కాలిపోయింది. ఎగిసి పడుతున్న మంటలను అదుపు చేయడం వల్ల పెద్ద ప్రమాదం తప్పిందని, లేకపోతే ఆక్సిజన్ సిలిండర్లు మంటలకు పేలి ఉంటే ప్రజలు మృత్యువాత పడే అవకాశం ఉండేదని స్థానికులు వాపోతున్నారు. సహాయక చర్యల్లో అగ్నిమాపక శాఖ అధికారి శివరామిరెడ్డి, ఫైర్ సిబ్బంది ఎస్.ఎం.డి. సాలర్, మహమ్మద్ రఫీ, సురేంద్ర రెడ్డి, నాగేశ్వరరెడ్డి పాల్గొన్నారు.

పాత కక్షలే హత్యకు దారి తీశాయా?

- హత్య కేసులో సాక్షిగా ఉన్న సునీల్ కుమార్
- మృతుడి సోదరితో బాలాంజనేయులు అసభ్య ప్రవర్తన
- హత్యకు ముందు గొడవపడ్డారంటున్న సోదరి



సునీల్ కుమార్ (ఫైల్)



సోదరుడి మృతదేహం వద్ద విలపిస్తున్న శశికళ

మదనపల్లె : మదనపల్లిలో శుక్రవారం రాత్రి జరిగిన యువకుడి దారుణ హత్య ఘటనలో అనేక విషయాలు వెలుగుచూస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా పాత కక్షలే హత్యకు దారితీసి ఉంటాయని పోలీసులు భావిస్తున్నారు. అందుకు బలం చేకూరుస్తూ మృతుడి సోదరి శశికళ శనివారం తన సోదరుడు సునీల్ కుమార్(25) హత్య ఘటనపై టూ టౌన్ పోలీసులకు.. మృతుని స్నేహితుడు పెద్దబాలి అలియాస్ బాలాంజనేయులు అలియాస్ బాల, అతని స్నేహితులపై అనుమానం వ్యక్తం చేస్తూ ఫిర్యాదు చేసింది. చిత్తూరు జిల్లా రామకుప్పం మండలం రాజుపేటకు చెందిన సునీల్ కుమార్ మదనపల్లి మండలం బసినికొండ కాలనీలో నివాసం ఉంటున్నాడు. పట్టణంలో సోనూ అనే వ్యక్తితో కలిసి ఎలక్ట్రీషియన్ పనులు చేస్తూ జీవిస్తున్నాడు. ఎనిమిది నెలల క్రితం శృతి అనే యువతితో వివాహం కాగా, ఇంటర్ పరీక్షలు రాసేందుకు ఆమె పుట్టింటికి వెళ్లింది. దీంతో తన సోదరి శశికళ ఇంట్లో ప్రస్తుతం ఉంటున్నాడు. ఒకటో తేదీ (గురువారం) పనులకు వెళ్లి వస్తానని అక్క శశికళతో చెప్పి బయటికి వచ్చాడు. ఆరోజు ఇంటికి వెళ్లలేదు. దీంతో శశికళ ఫోన్ చేయగా తనకు పని ఉందని, చూసుకొని తర్వాత వస్తానని చెప్పాడు. అయితే శుక్రవారం రాత్రి పట్టణంలోని శేషప్పతోట మయూరి కల్యాణ మండపం సమీపంలోని చర్చి వెనుక వైపున చెట్టు కింద.. తల, ముఖంపై బండరాళ్లతో కొట్టడంతో తీవ్ర గాయాలై హత్యకు గురై పడి ఉండడంతోపాటు మృతుడి తల, ముఖానికి అడ్డుగా బండరాళ్లు ఉండడాన్ని గమనించిన స్థానికులు పోలీసులకు, సోదరి శశికళకు సమాచారం ఇచ్చారు. సంఘటన స్థలానికి చేరుకున్న శశికళ సోదరుని మృతదేహాన్ని చూసి తీవ్రంగా విలపించింది.

గతంలోనే పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేసినా..

బాలాంజనేయులు అతని స్నేహితులు గౌతమ్, కమలాకర్‌లు తన తమ్ముడి హత్యకు కారకులై ఉంటారని శశికళ పోలీసులకు తెలిపింది. ఎందుకంటే తనతో బాలాంజనేయులు అసభ్యంగా ప్రవర్తించాడని, ఈ విషయం మనసులో ఉంచుకొని కక్షతో హత్య చేశారని ఆరోపించింది. రెండో తేదీ (శుక్రవారం) సునీల్ కుమార్, బాలాంజనేయులు, అతని స్నేహితులతో సంఘటన స్థలం వద్ద ఘర్షణ పడినట్లు తనకు సమాచారం ఉందని చెప్పింది. ఘర్షణ హత్యకు కారణమై ఉంటుందని పేర్కొంది. తనపై బాలాంజనేయులు అసభ్యంగా ప్రవర్తించిన సమయంలో పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేస్తే పట్టించుకోలేదని ఆరోపించింది. కాగా ఆరు సంవత్సరాల క్రితం మండలంలోని రామాచార్లపల్లి వద్ద జరిగిన హత్య కేసులో బాలాంజనేయులు నిందితుడిగా ఉన్నాడు. అదే కేసులో సునీల్‌కుమార్ సాక్షిగా ఉన్నాడు. ఈ కేసులో తనకు వ్యతిరేకంగా సాక్ష్యం చెప్పవద్దంటూ సునీల్ కుమార్‌ను బాలాంజనేయులు పలుమార్లు బెదిరించాడు. అంతేకాకుండా ఏడాది క్రితం శశికళ ఇంట్లో ఉండగా బాలాంజనేయులు ఆమె పట్ల అసభ్యంగా ప్రవర్తించాడు. ఈ విషయమై సునీల్ కుమార్ బాలాంజనేయులుతో ఘర్షణపడి దాడి చేశాడు. ఈ నేపథ్యంలో పాత కక్షలే హత్యకు దారి తీసి ఉంటాయని భావిస్తున్నారు. పూర్తి వివరాలు పోలీసుల దర్యాప్తులో తేలాల్సి ఉంది.

'నాలుగు పదుల వయసు దాటిన మహిళల్లో హార్మోన్లలో మార్పులు సహజం. అందుకే పోషకాహారాన్ని ప్లాన్ చేసుకోవడమే కాదు ఆరోగ్యానికి కొన్ని సప్లిమెంట్స్ వాడకం కూడా అవసరమే' అంటూ తన డైట్‌ప్లాన్‌ను వివరించారు బుల్లితెర నటి, సోషల్ మీడియా ఇన్‌ఫ్లుయెన్సర్ అస్మిత కర్ణని. 'ఇరవై ఏళ్లుగా హెల్తీ డైట్ ప్లాన్ చేసుకున్నందుకే ఈ రోజుకీ హెల్తీగా ఉన్నాను' అని చెబుతున్నారు.

ఫైబర్ ముందు... ప్రొటీన్లు తర్వాత


అస్మిత కర్ణని

'మైండ్ ప్రశాంతంగా ఉండాలంటే బాడీ కూల్‌గా ఉండాలి. నా శరీరానికి ఎలాంటి పోషకాలు అవసరమో తెలుసుకుంటూ, 20 ఏళ్లుగా డైట్ ప్లాన్ చేస్తున్నాను. రోజూ ఉదయం నట్స్, డ్రై ఫ్రూట్స్‌తో రోజును స్టార్ట్ చేస్తాను. వర్కౌట్స్ తర్వాత సలాడ్స్, ఫుడ్ సంప్లిమెంట్స్ తీసుకుంటాను. ఒక పూట భోజనానికే ప్రాముఖ్యత. 40 ఏళ్ల తర్వాత హార్మోన్లలో చాలా వేగంగా మార్పులు వస్తుంటాయి. మన ఆరోగ్యం హార్మోన్ల మీదనే ఆధారపడి ఉంటుంది. ఈ రోజుల్లో ఆహారపదార్థాల్లో పోషకాలు బాగా తగ్గిపోయాయి. అందుకే నిపుణులు సూచించిన మెడికల్ న్యూట్రిషన్ సప్లిమెంట్స్ తీసుకుంటాను.

బయటి ఫుడ్ తీసుకోను...

లంచ్ టైమ్‌లో ఒక వరస క్రమాన్ని పాటిస్తాను. మొదట కడుపులోకి వెళ్లాల్సింది పీచుపదార్థాలు. అందుకని కూరగాయలతో చేసిన సలాడ్ ముందుగా తీసుకుంటాను. తర్వాత ప్రొటీన్ డైట్, ఆ తర్వాత కార్బోహైడ్రేట్స్ ఉన్న డైట్ తీసుకుంటాను. బయటి ఫుడ్ దాదాపు తీసుకోను.

ఉప్పు... చక్కెర తక్కువ

మన శక్తి స్థాయిలు పెరగాలంటే ఉప్పు, పంచదార వాడకం బాగా తగ్గించేయాలి. అలా చేయడం వల్ల ఎనర్జీ ఏ మాత్రం తగ్గదు. సీజనల్ ఫ్రూట్స్‌ని ఎప్పుడూ వదులుకోను. వీటిని అరగంటసేపు నీటిలో నానబెట్టి, తీసుకుంటే రసాయనాల ప్రభావం తగ్గుతుంది. డ్రై ఫ్రూట్స్ సాయంత్రం 4:30 కి తీసుకుంటాను. తర్వాత బ్లాక్ కాఫీ. కాఫీ లేదా టీ పాలతో తీసుకుంటే బరువు పెరుగుతారు. అందుకని బ్లాక్ కాఫీ తీసుకుంటాను. సాయంకాలం ప్రొటీన్లు ఉండే ఆహారం తీసుకుంటాను. దీని వల్ల బరువు 70 కేజీలు ఉన్నా, సన్నగా కనిపిస్తాను. ప్రొటీన్ పౌడర్‌కి, యోగర్ట్, కొన్ని ఫ్రూట్స్ కూడా కలిపి తీసుకుంటాను. సూర్యాస్తమయం తర్వాత ఏదీ తినను. ఏడాది మొత్తం నా డైట్ చార్ట్ ఇలాగే ఉంటుంది.



కండరాల బలానికి...

వేసవిలో డీ హైడ్రేట్ అవకుండా ఉండటానికి చాలా జాగ్రత్తలు తీసుకుంటాను. ఎప్పుడైనా లో ఎనర్జీ అనిపిస్తే ఎలక్ట్రాల్ పౌడర్ కలిపిన చల్లని నీళ్లు తీసుకుంటాను. రోజులో 3-4 లీటర్ల నీళ్లు తాగుతాను. జనరల్ ఫిట్‌నెస్ కోసం వారంలో 2-3 సార్లు వర్కౌట్స్ చేస్తాను. దీనివల్ల బరువు కూడా మెయింటెన్ అవుతుంది. వృద్ధాప్యంలో కండరాల బలం కోల్పోకుండా ఉండాలంటే ఇప్పటి నుంచే వాటికి పని పెట్టాలి. అందుకని వ్యాయామం తప్పనిసరి. అందం గురించి కాదు. ఆరోగ్యంగా ఉండాలనుకోవడం జీవితాంతం చేసే ప్రయాణం. అందుకు నా జీవన శైలిని కూడా ఫిక్స్ చేసుకున్నాను'' అని వివరించారు అస్మిత.

నిర్వహణ: **నిర్మలారెడ్డి**



బరువును తగ్గించే సీజన్

వేసవిలో పెరిగే ఉష్ణోగ్రతలు శరీరంలోని నీటిని ఆవిరి చేస్తుంటాయి. ఎన్నిసార్లు నీళ్లు తాగినా దాహం తీరదు. ఆకలిగానూ అనిపించదు. అలసట, నీరసంతో రోజంతా చికాకు. ఈ సమస్యలకు పరిష్కారం మన చేతిలోనే ఉందంటున్నారు పోషకాహార నిపుణులు సుజాతా స్టీఫెన్.

'శరీరం త్వరగా డీ-హైడ్రేట్ అయ్యే కాలం ఇది. తినే పదార్థాల ఎంపిక సరిగా లేకపోతే జీర్ణవ్యవస్థ గాడి తప్పుతుంది. ఇలాంటప్పుడు...

- కూరగాయలతో చేసిన సలాడ్స్, సాంబార్, రసం.. వంటివి రెగ్యులర్ డైట్‌లో చేర్చుకోవాలి.
- రెండు గంటలకు ఒకసారి గ్లాసుడు నీళ్లు, వేడి ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు అరగంటకు ఒకసారి నీళ్లు తాగాలి.
- అకస్మాత్తుగా తలనొప్పి, భావోద్వేగాలలో మార్పు, నీరసం, ఇరిటేషన్.. వంటివీ తలెత్తుతుంటాయి. దీనిని సైలెంట్ డీ-హైడ్రేషన్ సమస్యగా గుర్తించి నీళ్లు తాగి, కొన్ని నిమిషాలు విశ్రాంతి తీసుకోవాలి.
- నిమ్మరసం, సబ్జా గింజలతో తయారు చేసుకున్న లస్సీ ఒంటికి మేలు చేస్తుంది. నిమ్మరసంలో షుగర్‌కు బదులు కొద్దిగా ఉప్పు, సోడా కలుపుకొని తాగచ్చు.
- మధుమేహులు ఒకేసారి ఎక్కువ మొత్తం తింటే, శరీరంలో గ్లూకోజ్ లెవల్స్ పెరుగుతాయి. అందుకని టైమ్ ప్రకారం ఏదో ఒకటి మితంగా తినాలి.

గర్భిణులకు ప్రత్యేకం

ఈ కాలం గర్భిణులు ఏ కొంచెం తిన్నా ఆయాసం వస్తుంటుంది. ఇలాంటప్పుడు మసాలా ఉన్న ఆహారం కాకుండా పండ్లు, జ్యూసులు, సలాడ్స్ పైన దృష్టి పెట్టాలి. దీని వల్ల కడుపులో హెవీగా ఉన్నట్టు అనిపించదు. ఆయాసం సమస్య తలెత్తదు.

వయసు పైబడిన వాళ్లు

పగటివేళ ఎండగా ఉన్న సమయాల్లో బయటకు వెళ్లకుండా ఉంటేనే మంచిది. తప్పనిసరి అయితే వెంట నీళ్లు, పండ్లు తీసుకెళ్లాలి. డీ హైడ్రేట్ అయితే బీపీ డౌన్ అయ్యి కళ్లు తిరిగి పడిపోయే ప్రమాదం ఉంటుంది. అందుకని వారి వెంట మరొకరు తోడుండాలి.

రీ హైడ్రేషన్

వేసవిలో యూరిన్ పసుపు రంగులో వస్తుందంటే శరీరంలో నీటిశాతం తగ్గిందని అర్థం. రీ హైడ్రేషన్ కోసం నీళ్లు, నిమ్మరసం సరైన ఎంపిక. ఫ్లేవర్డ్, షుగర్ లెస్ మెడికేటెడ్ ఓఆర్ఎస్‌లను ఎంచుకోవచ్చు.

ఇది మంచి సీజన్

- బరువు తగ్గాలనుకునేవారికి ఇది మంచి సీజన్. వేడికి ఎక్కువ ఆహారం తినబుద్ధి కాదు.. పండ్లు, కూరగాయలు, జ్యూస్, నీళ్లు ఎక్కువ తీసుకుంటాం. ఇదంతా లో క్యాలరీ ఫుడ్. దీనివల్ల బరువు సులువుగా తగ్గచ్చు.
- వాకింగ్, జాగింగ్, వ్యాయామాలకు ఉదయం వేళ ఎంచుకోవడమే మంచిది.
- వేసవిలో పార్టీలకు వెళ్లినప్పుడు తినే మసాలా ఫుడ్స్ మరుసటి రోజు కూడా ప్రభావం చూపుతుంది. పడుకునేటప్పుడు మజ్జిగ తాగితే అసౌకర్యం తగ్గుతుంది.

కూల్ సలాడ్

- కీరా, దోస, పుదీనా, కొత్తిమీర, ఉల్లిపాయ, క్యాప్సికమ్ వంటివి సన్నని ముక్కలుగా తరిగి, నిమ్మరసం, ఉప్పు, మిరియాలపొడి కలిపి సలాడ్ తయారు చేసుకోవాలి. దీనిని ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి, రోజులో రెండు మూడుసార్లు తింటే, తేలికగా అనిపిస్తుంది.
- సొరకాయ జ్యూస్, పుదీనా, కొత్తిమీర షర్బత్‌లు, చట్నీలు, రాగి జావ వంటివి.. ఒంటికి మేలు చేస్తాయి.
- మాంసాహారులు తాజాగా తయారు చేసుకున్నవి, నూనె తక్కువగా ఉపయోగించినవి తీసుకోవాలి.

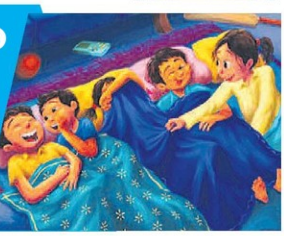


– సుజాతా స్టీఫెన్, న్యూట్రిషనిస్ట్

'డాబా', 'మిద్దె', 'మేడ'... ఈ మాటలు పిల్లలకు తెలుసో లేదోగానీ వేసవి వస్తే ఊళ్ల నుంచి వచ్చిన కజిన్స్‌తో డాబా మీద చాపలు పరుచుకుని ఆకాశాన్ని చూస్తూ చల్లటి గాలిలో కబుర్లు చెప్పకుంటూ నిద్రపోవడం పెద్ద లగ్జరీ. అనుబంధాలకు బేస్‌మెంట్. నగరాల్లో సరే... ఊళ్లల్లో కూడా పిల్లలకు ఈ భాగ్యం ఉండటం లేదు. ఒకప్పటి ఈ దేశీయ ఆనవాయితీ కాలక్రమంలో 'స్లీపోవర్'గా మారింది. కాని సిసలైన స్లీపోవర్స్‌ను ఈ వేసవిలో పెద్దలే కలిగించాలి.



డాబా నిద్రలూ కజిన్స్‌తో కబుర్లూ



చుక్కల ఆకాశం. ఆగి ఆగి రివ్వున వీచే గాలి. సాయంత్రం నీళ్లు చల్లి డాబా నేల మీదున్న ఉడుకంతా కడిగిస్తే రాత్రికి వేడి కాస్త నిమ్మళించి ఉంటుంది. ఇంట్లోని ఎక్కడెక్కడివో చాపలు, బొంతలు, దుప్పట్లు, పరుపులు, దిండ్లు పైకి వస్తాయి. పక్కలు ఏర్పాటవుతాయి. టేబుల్ ఫ్యాన్ ఉంటే అది కూడా తోడు నిద్రపోవడానికి వస్తుంది. చెంబులు, వాటర్ బాటిల్స్‌లో నీళ్లు ఒక పక్కగా సిద్ధమవుతాయి. పెద్దవాళ్లు వాళ్ల పాతకబుర్లు చెప్పుకోవడం మొదలుపెడతారు. పిల్లల కోసం వేసిన వరుసలో పిల్లలు ఊరికూరికే నవ్వుతుంటారు. ఏమిటేమిటో మాట్లాడుతుంటారు. 'ఏరా... నిద్రపోరా?' అని పెద్దలు గదిమితే నిద్రపోతారా? వారికి నిద్రే రాదు. ఎందుకంటే అది వేసవి కాలం. అది డాబా మీద పక్క. తోడు ఉన్నది ఇష్టమైన బంధువులు. అన్నయ్యలు, తమ్ముళ్లు, అక్కలు, చెల్లెళ్లు, కజిన్స్... రాక రాక వచ్చారు. రాత్రిని నిద్రలో వృథా చేయరు పిల్లలు. కబుర్లే కబుర్లు చెప్పుకుంటారు.

పాతకాలం దాటి వచ్చిన పెద్దవారిని వేసవి కాలం గురించి అడిగితే వారు ఇష్టంగా చెప్పుకునే జ్ఞాపకం మేడ మీది నిద్రలే. ఎండవల్ల ఇంట్లో ఉబ్బరింత భరించలేక డాబా మీద, బయటి అరుగుల మీద, పెరట్లో, ఆఖరుకు వీధిలో కూడా మంచాలు వేసుకుని వరుసగా కొలువు తీరి పొద్దు పోయేంత వరకూ వేసే బాతాఖానీ తలుచుకుంటారు. పిల్లలుగా ఉండగా ఏం మాట్లాడుకున్నారో గుర్తు ఉండదుగాని అలా నిద్రపోవడంలోని ఆనందం గుర్తు ఉంటుంది.

పుణ్యక్షేత్రాలలో, జాతరలలో, తిరునాళ్లల్లో గుంపుగా నిద్రపోయినప్పుడు ఉత్సాహం వస్తుంది మనిషికి. పిల్లలకైనా అంతే. గుంపుగా కలిసి ఆరుబయలులో పడుకోవడం హుషారు. బంధువుల పిల్లలు వస్తే 'వీళ్లు మనవారు' అనే భావనతో విపరీతమైన దగ్గరితనం ఏర్పడుతుంది ఆ సమయాన. లోలోపల ఉన్న మొహమాటాలు పోయి ఓపెన్ అవుతారు. స్కూలు, పుస్తకాలు, సినిమాలు, ఆటలు, స్నేహితుల పేచీలు, టీచర్లు... ప్రతి విషయం గురించి మాట్లాడుకుంటారు. వయసులో పెద్ద పిల్లలు చిన్న పిల్లలకు అనేక విషయాలు చెబుతారు. చిన్న పిల్లలు కుతూహలంగా విని తెలుసుకుంటారు. ఈ 'చెప్పడం వినడం' అనేది వేసవి సెలవుల డాబా నిద్రల్లో అద్భుతంగా సాగుతుంది.

చదవక ముందు పెసలు, చదివాక పిసలు అయినట్టుగా మన దగ్గర వందల సంవత్సరాలుగా ఉన్న పద్ధతి ఇప్పుడు శాస్త్రంగా వినాల్సి వస్తోంది. పిల్లలు ఎన్ని జోకులు వేయగలరో, ఎన్ని మిమిక్రీలు చేయగలరో, ఎన్ని వెక్కిరింతలు లోపల దాచుకుని ఉంటారో, ఎంత అబ్జర్వ్ చేసి ఉంటారో ఇవన్నీ తమ మనుషులతో తమకంటూ సమయం దొరికినప్పుడు బయటకు వెల్లడి చేస్తారు. కజిన్స్‌తో వేసవి నిద్రల్లో ఏముంది అనుకోవచ్చు నేడు. అదొక కౌన్సెలింగ్. అదొక వైద్యం. అదొక డీటాక్సినేషన్. వెన్నెలా చంద్రుడూ అందించే 'ఎస్' విటమిన్. ఎస్ అంటే సంతోషం. వేసవి సంబరం.

> మూసి ఉన్న ఇళ్ల నుంచి, మూసి ఉన్న తరగతి గదుల నుంచి ఆరుబయలుకు వచ్చి స్వేచ్ఛాకాశం కింద నిద్రపోవడం వేసవిలో పిల్లలకు కొత్త అనుభూతిని ఇచ్చి అందాకా అనుభవించిన బోర్‌డమ్‌ను తొలగిస్తుంది. అందుకే నగరాల్లో బాలల సైకియాట్రిస్టులు స్లీపోవర్లను ప్రోత్సహిస్తున్నారు. ఒకప్పుడు బంధువుల పిల్లలతో వేసవిలో సాగిన సామూహిక నిద్రలు ఇప్పుడు కరువవడంతో కనీసం ఏదో ఒక ఫ్రెండ్ ఇంట్లో పిల్లలంతా ఒక రాత్రి నిద్రపోవడానికి చేరి కబుర్లు చెప్పుకుని వొత్తిడి దూరం చేసుకోమంటున్నారు.

హెల్త్

బెడ్ వెట్టింగ్ కట్టడి..!

సాధారణంగా చిన్నారులు నిద్రలో పక్కతడుపుతుంటారు. మూత్రవిసర్జన వ్యవస్థపై అదుపు చేకూరక అలా జరుగుతుంది. అయితే పిల్లలు క్రమంగా మూత్రవిసర్జనపై అదుపు సాధించడం మొదలయ్యాక ఈ సమస్య తగ్గుతుంది. సాధారణంగా ఏడు నుంచి ఎనిమిదేళ్ల వయసు వచ్చేనాటికి పిల్లలు తమ మూత్ర విసర్జన కండరాలూ, వ్యవస్థపై అదుపు సాధించాక ఈ సమస్య పూర్తిగా తగ్గుతుంది. ఇలా పక్కతడిపే ఈ సమస్యను వైద్యపరిభాషలో 'నాక్టర్నల్ ఎన్యురిసిస్' అంటారు. అయితే కాస్త అరుదుగానైనా పెద్దపిల్లలతో పాటు కొందరు పెద్దల్లో కూడా ఈ సమస్య ఉండవచ్చు. ఈ సమస్య ఎందుకు వస్తుంది, దాన్ని అధిగమించడమెలా అనే అంశాలను తెలిపేదే ఈ కథనం.



ఒక నిర్వచనాన్ని బట్టి చెప్పాలంటే... ఐదేళ్లకు పైబడిన పిల్లలు వారంలో రెండుసార్లు పక్కతడుపుతుంటే దాన్ని బెడ్ వెట్టింగ్‌గా చెప్పవచ్చు.

ఇదీ విస్తృతి...

బెడ్ వెట్టింగ్ సమస్య వేర్వేరు వయసుల వాళ్లలో వేర్వేరుగా ఉంటుంది. ఉదాహరణకు...

- **చిన్నపిల్లల్లో:** ఐదేళ్ల పిల్లల్లో దాదాపు సుమారు 15-20% మందిలో నాక్టర్నల్ ఎన్యూరిసిస్ కనిపిస్తుంది. అమ్మాయిలతో పోలిస్తే అబ్బాయిల్లో ఈ సమస్య కాస్త ఎక్కువ.
- **కాస్తంత పెద్ద పిల్లల్లో :** పిల్లలకు ఏడేళ్లు వచ్చే నాటికి 15% - 20% ఉన్న దీని విస్తృతి దాదాపు 10 శాతానికి తగ్గుతుంది.
- **కౌమార బాలల్లో (అడాలసెంట్ పిల్లల్లో) :** 13-18 ఏళ్ల పిల్లల్లో ఇది 1 - 3 శాతం వరకు ఉంటుంది.
- **పెద్దలలో:** కొందరు పెద్ద వయసువారిలోనూ ఈ సమస్య కనిపించవచ్చు. అయితే వాళ్లలో ఇది పిల్లల్లో కంటే కాస్త భిన్నంగా ఉంటుంది. ఉదాహరణకు పిల్లల్లో కనిపించే పక్క తడిపే సమస్యను ప్రైమరీ అన్యురిసిస్ అంటారు. అయితే పెద్దల్లో ఇదే సమస్య కనిపించే దాన్ని సెకండరీ నాక్టర్నల్ ఎన్యురిసిస్‌గా చెబుతారు. పెద్దవయసు వాళ్లలోని కనీసం 1 - 2 శాతం వ్యక్తుల్లో ఈ నాక్టర్నల్ ఎన్యురిసిస్ కనిపిస్తుందని అంచనా. ఇలా పెద్దల్లో ఈ సమస్య రావడానికి ఇతరత్రా కారణాలు ఉండవచ్చు. కాబట్టి దీన్ని సెకండరీ అన్యురిసిస్‌గా చెబుతారు.

కారణాలు...

- **ప్రైమరీ ఎన్యురిసిస్‌లో :** పిల్లలకు నిద్రలో తమ మూత్ర విసర్జన వ్యవస్థపై నియంత్రణ లేకపోవడమన్నది మామూలు కారణం. దీనికి ఇతరత్రా ఏవైద్య కారణాలూ ఉండవు.
- **జన్యుపరమైనవి :** కుటుంబాల్లోని వారికి తమ బాల్యంలో ఈ సమస్య ఉంటే పిల్లల్లోనూ ఈ సమస్య కనిపిస్తుంది.
- **గాఢనిద్ర కారణంగా :** బ్లాడర్ నిండినట్లుగా అందే సూచనలను తమ గాఢనిద్ర కారణంగా వాళ్లు స్వీకరించలేకపోవడం.
- మూత్రాశయం చిన్నగా ఉండటంతో నిల్వ సామర్థ్యం తగ్గడం.
- **సెకండరీ ఎన్యురిసిస్ :** చిన్నారుల్లోగానీ, అలాగే పెద్దవాళ్లలోనూ ముందుగా కొంతకాలంపాటు పక్క తడిపే అలవాటు లేకుండా... అకస్మాత్తుగా కనిపించడం. ఉదాహరణకు పక్కతడిపే అలవాటు మానేశాక కనీసం ఆర్నెల్ల పాటు పక్కలో మూత్రవిసర్జన చేయకుండా... ఆ తర్వాత ఆ ధోరణి కనిపించడాన్ని 'సెకండరీ అన్యురిసిస్'గా చెప్పవచ్చు. ఇందుకు అనేక అంశాలు కారణం కావచ్చు. అవి...
- **ఒత్తిడి లేదా భావోద్వేగ సమస్యలు :** పిల్లల్లో ఆందోళన, బడిలో ఏవైనా తీవ్రమైన ఒత్తిళ్లు ఉండటం. మూత్ర వ్యవస్థలో ఎక్కడైనా ఇన్ఫెక్షన్లు (యూరినరీ ఇన్ఫెక్షన్స్)
- మలబద్ధకం లేదా పేగు సమస్యలు.
- స్లీప్ ఆప్నియా (గురక రావడం) లేదా ఇతరత్రా నిద్ర సంబంధ ఆరోగ్య సమస్యలు.
- డయాబెటిస్ లేదా ఇతరత్రా హార్మోన్ల అసమతౌల్యతల (ఉదా... యాంటీ డై-యూరెటిక్ హార్మోన్ లోపం).

సమస్య నిర్ధారణ ఇలా...

- రాత్రివేళల్లో మూత్రవిసర్జన వల్ల సమస్య స్పష్టంగా తెలుస్తుంది.
- బాధిత చిన్నారులను శారీరకంగా పరిశీలించడం. మెడికల్ హిస్టరీని డాక్టరుకు వివరించడంతో కొన్ని రకాల మూత్ర పరీక్షలు అవసరమవుతాయి.
- **మూత్ర విసర్జన వివరాలతో డైరీ :** పిల్లలు నీళ్లు ఏయే వేళల్లో తాగుతున్నారు, మూత్రవిసర్జన ఎప్పుడెప్పుడు చేస్తున్నారు వంటి విషయాలను నమోదు చేస్తూ ఓ డైరీ రాయడం.
- **శారీరక పరీక్ష:** మూత్ర నాళం, వెన్నెముక, నాడీ వ్యవస్థలో ఏవైనా లోపాలున్నాయా అని పరీక్షించడం.
- **యూరిన్ అనాలసిస్ :** మూత్ర సంబంధిత ఇన్ఫెక్షన్లుగానీ, డయాబెటిస్ లేదా కిడ్నీ సమస్యలేమైనా ఉన్నాయా అని పరీక్షించడం. అవి లేనప్పుడు వాటిని రూల్ అవుట్ చేసుకోవడం.
- **అల్ట్రాసౌండ్ పరీక్ష :** మూత్ర వ్యవస్థ, యూరినరీ బ్లాడర్, మూత్రపిండాల వివరాలను తెలుసుకోవడానికి ఉపయోగపడే పరీక్ష ఇది.
- **అదనపు పరీక్షలు:** ప్రైమరీ అన్యురిసిస్ కాకుండా ఇతరత్రా ఏవైనా కారణాలు ఉండవచ్చునని అనుమానించినప్పుడు హార్మోన్ల మోతాదులు, స్లీప్ ఆప్నియా వంటి అంశాల నిర్ధారణ కోసం చేయాల్సిన స్లీప్ స్టడీస్ వంటి పరీక్షలు.


డా. మధు మోహన్ రెడ్డి, సీనియర్ కన్సల్టెంట్ పీడియాట్రిక్ సర్జన్

నివారణ ఇలా...

ప్రాథమిక కారణాలు తెలిసినప్పుడు వాటిని నివారించడానికి ప్రయత్నించడం. ఉదాహరణకు పిల్లల్లో తీవ్రమైన ఒత్తిడి కారణంగా ఇలా జరుగుతుందని తెలిసినప్పుడు తల్లిదండ్రులు కౌన్సెలింగ్ ద్వారా ఆ ఒత్తిడిని, ఆందోళనను తగ్గించడం.

- **మూత్ర విసర్జన శిక్షణ (టాయిలెట్ ట్రెయినింగ్):** పిల్లలు నిద్రకు ఉపక్రమించే ముందర ఒకసారి మూత్రవిసర్జన చేయించి, మళ్లీ రెండు గంటల తర్వాత నిద్రలేపి మరో మారు మూత్రవిసర్జన చేయించడం లాంటి చర్యల ద్వారా. అలాగే పిల్లల్లో మూత్రాశయ సామర్థ్యాన్ని పెంచడం కోసం రోజూ ఓ నిర్ణీతమైన వేళల్లో మూత్ర విసర్జన చేసేలా శిక్షణ ఇవ్వడం.
- **ఒత్తిడి దూరం చేయడం :** రాత్రి వేళ పిల్లలు ప్రశాంతంగా నిద్రపోయేలా వారికి ధైర్యం చెప్పడం.
- **ఎన్యూరిసిస్ అలారం ఉపకరణాలతో:** పిల్లలు కొద్దిగా పక్కతడపడం మొదలుపెట్టగానే వాటిని గుర్తించి నిద్రలేపే అలారం ఉపకరణాలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. వీటి సహాయంతో పిల్లవాడు నిద్రమేల్కొనేలా శిక్షణ ఇవ్వడం.
- **జీవనశైలి మార్పులు:** సాయంత్రాలు లేదా రాత్రివేళల్లో ద్రవాహారాలు తీసుకోకుండా జాగ్రత్త పడటం. అలాగే నిద్రకు ముందు కాఫీ లేదా కోలా డ్రింక్స్ వంటి పానీయాలు తీసుకోకుండా చూడటం.

మరేవైనా కారణాలతో ఇలా జరుగుతుంటే...

సాధారణ కారణాలు కాకుండా... ఇతర ఆరోగ్యపరమైన అంశాలేవైనా పక్క తడిపేందుకు కారణమవుతుంటే వాటిని గుర్తించి, ఆ సమస్యలకు చికిత్స అందిస్తే పక్కతడిపే అలవాటూ తగ్గుతుంది. ఉదాహరణకు నిద్ర రుగ్మతల కారణంగానో లేదా మానసిక సమస్యల వల్లనో ఇలా జరుగుతుంటే వాటిని గుర్తించి, తగిన చికిత్స అందించడం వల్ల సెకండరీ అన్యురిసిస్ అదుపులోకి వస్తుంది.

ఇక సమస్య పెద్దవాళ్లలో అయితే అది సెకండరీ అన్యురిసిస్ కారణంగా జరుగుతుంది కాబట్టి తగిన పరీక్షల తర్వాత సమస్యను బట్టి వారికి అందించాల్సిన చికిత్స ఉంటుంది.

తల్లిదండ్రులకు సూచన...

ఇది చాలా సాధారణమైన పిల్లల్లో సహజంగా కనిపించే అలవాటు. ఇలా చేసినప్పుడు పిల్లలను కోప్పడటం లేదా వారిని శిక్షించడం సరికాదు. దీనివల్ల మరింత ఒత్తిడి పెరగడం, సమస్య ఇంకాస్త తీవ్రం కావడం జరుగుతుంది. ఇది చాలా తాత్కాలికమైన సమస్య అనీ, దీని గురించి ఆందోళన అవసరం లేదంటూ పిల్లల్లో మానసిక స్థైర్యం కలిగించడం వల్ల ఈ సమస్య వీలైనంత త్వరగా తగ్గుతుంది.

మందులతో నియంత్రణ ఇలా...

డెస్మోప్రెసిన్ : రాత్రివేళ మూత్రం ఉత్పత్తిని తగ్గించే మందులివి. (వీటిని కృత్రిమంగా ఉత్పత్తి చేసే యాంటీ డై యూరెటిక్ హార్మోన్‌లుగా చెప్పవచ్చు).

ఇమిప్రమైన్ (టోఫ్రానిల్): పిల్లల్లో ఒత్తిడిని తగ్గించడానికి ఉపయోగించే యాంటీ డిప్రెసెంట్ ఔషధాలివి.

ఆక్సిబ్యూటినిన్: మూత్రాశయం ఉండాల్సిన దానికంటే అతి చురుగ్గా ఉన్నప్పుడు దాన్ని నియంత్రించే మందు ఇది.

నోటి క్యాన్సర్ నిర్ధారణ ఇలా!





నోటి పరిశుభ్రత పెద్దగా పాటించకుండా గుట్కా, ఖైనీల రూపంలో పొగాకు నమలడం, ఆల్కహాల్ తీసుకోవడం వంటి అంశాలు నోటి క్యాన్సర్‌ను ప్రేరేపిస్తాయి. ఇలాంటివారిలో చెంపలు, నాలుక, పంటి చిగుర్ల... వంటి భాగాలను పరీక్షించి ఏ భాగంలో క్యాన్సర్ వచ్చిందో క్యాన్సర్ స్పెషలిస్టు పరీక్షించి చూస్తారు. వీళ్లలోని కొందరిలో నోటిలో వాపు కూడా రావచ్చు. అప్పుడు కూడా దాన్ని క్యాన్సర్‌గా అనుమానించాల్సి ఉంటుంది.

మొదట సమస్య ఉన్నచోట, మెడ భాగంలోనూ సీటీ, ఎమ్మారై స్కానింగ్ వంటి పరీక్షలు చేయించి, క్యాన్సర్ వ్యాధి తీవ్రతను అంచనా వేస్తారు. ఈ పరీక్షల వల్ల పుండు పడిన చోటు నుంచి అది ఏ మేరకు వ్యాపించి ఉందో తెలుస్తుంది. అది దవడ ఎముకను చేరిందా, లేక ఎముకను దాటి మెడలోని లింఫ్ గ్రంథులకూ వ్యాపించిందా అన్న విషయాన్ని కూడా డాక్టర్లు తెలుసుకుంటారు. పేషెంట్ నోటిని మామూలుగానే తెరవగలుగుతున్నాడంటే, క్యాన్సర్ దవడ కండరాల్లోకి వ్యాపించి ఉండకపోవచ్చు. ఎందుకంటే క్యాన్సర్ దవడ కండరాల్లోకి వ్యాపిస్తే నోరు తెరవడం కష్టమవుతుంది.

నోటిలోని క్యాన్సర్ ఇతరచోట్లకు వ్యాపించకపోతే మొదట క్యాన్సర్ వచ్చిన మేరకు ఆ భాగాన్ని శస్త్రచికిత్సతో తొలగించాల్సి ఉంటుంది. ఆ తర్వాత... ప్లాస్టిక్ సర్జరీ లేదా రీ-కన్‌స్ట్రక్టివ్ సర్జరీ ద్వారా తొలగించిన భాగాన్ని పునర్నిర్మించవచ్చు. ఒకవేళ మెడలోని లింఫ్ గ్రంథుల్లోకి కూడా క్యాన్సర్ వ్యాపించి ఉంటే, వాటన్నింటినీ నెక్ డిసెక్షన్ ద్వారా తొలగించాల్సి ఉంటుంది. బయాప్సీ రిపోర్టు ఆధారంగా శస్త్రచికిత్స తాలూకు గాయాలు మానాక, రేడియోథెరపీ ప్లాన్ చేస్తారు.

నోటి క్యాన్సర్ అన్నది చాలా బాధాకరమైనది కావడం వల్ల గుట్కా/పొగాకు అలవాటు ఉన్నవారు వెంటనే దాన్ని మానేయాలి. ఈ అలవాటు కేవలం నోట్లోని భాగాలకే కాకుండా మెడ, ఆహారనాళం లేదా కడుపులోని ఏ భాగానికైనా క్యాన్సర్ వచ్చేలా చేయగలదన్న విషయం గుర్తుంచుకుని జాగ్రత్త పడాలి.